

○試験問題・解答例

■第1問 選択問題（50点）

・各性格タイプの特徴について、下部の選択群から正しい文言を選択し、A～Zの記号を（ ）に入力してください。

問1、タイプ1は（            ）、（            ）という特徴、動機を持っている。

.....

【選択群】

A、弱さへの反応 B、創造性 C、可能性への追求 D、正か不正かのジャッジ E、他者からの評価 F、完璧への追及 G、・・・

---

答え：D、F

■第2問「自己理解と関わりの変化」の記述（25点）

自分がエニアグラムを学習した結果、自分の性格タイプの特徴の何に気づきましたか。また、気づきによって、他者との関りはどのように変化したかを記述してください。採点のポイントは、下記の2項目を踏まえて詳細に記述できることです。文章量は問いません。

- 1、自分の性格タイプにおける自我・気質の特徴
- 2、自己の性格タイプの理解後、他者との関係変化

---

○解答サンプル例（25点満点）

「エニアグラムによる自己理解と他者との関係変化」

【自分のタイプ】

タイプ4

【自分のタイプの使用する言語】

- ・本質
- ・価値
- ・自分らしさ
- ・感動
- ・夢
- ・ユニーク

自分もかつては夢をたくさん語っていたことを思い出しました。夢を語るものがなくなった今は、些細なことに感動するようになってしまいました。自分らしさやユニークさは大事に思わなくなりましたが、それは他者と比べて自分が凡庸であると学んだからもあり、常に自分らしく、ユニークでは社会生活が苦しくなるからだと思います。

【タイプ4のとり行動・態度】

- ・本人は独創的と思っているが、他者から見ると現実的ではない、発想が理解できない
- ・傷つきやすい、自己否定の気持ちがとても強い
- ・感情の浮き沈みが激しい

- ・ファッションが独特であることが多い

かつてバイト仲間に「そんなに自分のことを否定しなくてもいいのでは」という話をされたことがあり、当時はその意味がまったく理解できませんでしたし、他の人たちは何故そんなに自分に自信を持てるのかも理解できなかったことを思い出しました。

#### 【タイプ4の根元的な恐れ・欲求・エネルギー】

- ・自分に存在意義がないので生きていけない
- ・常に特別な存在でありたい
- ・自己表現が生きるエネルギーのポイント
- ・「ユニーク」「アイデア」はエネルギーに沿った言葉

自分はユニークでもなければ面白いアイデアもない方だし、自己表現したいと思うほどのエネルギーもないので、生きていても意味がないのでは、とってしまうのかも知れません…。しかし、それはタイプ4である自分自身への見方であって、他者から見れば、十分にユニークで、自己表現をしているのでしょう。今は、特別でないことは大して恐れなくなりました。

#### 【タイプ4の自我・気質と他のタイプとの違い】

アイデアも出せないし、服装も割と普通と自分では思っていますが、それ以外は残念ながらだいたいこのタイプに当てはまっていると思いました。

しかし、よく考えてみると、親類縁者や仲の良い友達は、自分らしさを大事にしていたり自己表現で発散する人など、割とタイプ4が多いような気がします。

個性的な人がたくさんいても不思議に思わなかったためか、社会人になってから周囲に相当叩かれ辛い思いをたくさんしましたが、これも仕方なかったかも知れません。

数年前まではよく人間関係を築いては壊し、ということも繰り返していて、これはタイプ4の気質だからだとやっとわかりました。今でも我を完全に抑えることはできないので、人と仲良くするのが苦手で困っています。

また、日々の生活で感情を抑えるだけで疲れ切ってしまうので、上手に発散することができず困っています。自分の中に取り入れられるかどうかは別として、自分の周囲をはじめもっといろいろなタイプ4の人の話をきいてみたいと思いました。

■第3問「他者理解と関わりの変化」の記述（25点）

他者の性格タイプを一つ選択し、そのタイプの特徴を記述してください。また、他者の性格タイプの理解によって、他者との関りをどのように変化させたかを記述してください。採点のポイントは、下記の2項目を踏まえて詳細に記述できることです。文章量は問いません。

- 1、他者の性格タイプにおける自我・気質の特徴の理解
  - 2、他者理解後、他者との関係や考え方の変化
- 

○解答サンプル例（25点満点）

【学習したタイプ】

タイプ7

【このタイプの使用する言語】

- ・計画
- ・ま、いっか
- ・問題ない
- ・一緒に
- ・創意工夫
- ・ラッキー
- ・ハッピー

ラッキーは自分もよく使いますが、ハッピーは使わないです。

【このタイプのとる行動・態度】

- ・明るい社交家
- ・陽気で楽天的
- ・と、思われるように振る舞っているだけで実は根暗
- ・いろいろなことに興味がある

いつも元気で楽しそうにしている人がすごく羨ましかったのですが、その人の影の部分が見えたときになんとか「大丈夫かな？」と思ってしまいました。今思うとその人はタイプ7で、本人は影の部分を自覚しているのなら心配ないかな、とわかりました。

【このタイプの根元的な恐れ・欲求・エネルギー】

- ・満たされない、不足と欠乏

どんなに充実していても、まだ足りない、とってしまう

- ・ 7割で飽きる

ゴールに立ったときに、さらなる欠乏が見つかり不安になるのでゴールに立つのを避ける

- ・ 自分自身の不快感を長引かせない、また相手にも不快感を感じさせない人間になろうとする

- ・ 痛みを感じる言葉や苦しい状況から意識をそらさせる

元気でいるのは不安を隠すため、というのが自分の自我・気質であるタイプ4には理解できないところかなと思いました。しかし、カラ元気でも元気が欲しいときもあるし、世の中こういう人も必要です。

#### 【このタイプと自分の関り方】

タイプ7が近くにいたらものすごく疲れるなと思いました。タイプ4は自分の世界が大事なので、巻き込まれたくない、と身構えてしまいます。自分の出来る範囲のことを手伝うようにして、適度に距離を置くのが一番いいのかなと思っています。自分が本当に楽しいことやいやなことを伝えても、なかなか理解してくれない気がする(先述のタイプ7と思われる人との間で実際に、そのようなことがありました)ので、そこは根気強くいかないといけない、とも思います。何かを計画したり、何か気づいたりというのはタイプ4にとってはあまり得意なことではないので、お互い苦手なところを融通できればうまくいきそうです。